

Poniedziałek 27.01.2025

1 DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: _Pieczywo pszenno-żytnie z serkiem śmietankowym , serem żółtym i warzywami , herbata cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser żółty	70g – 3 plasterki
Kremowy serek śmietankowy	1szt-30g
Ogórek konserwowy	80g
Papryka czerwona	80g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

Obiad: _Zupa jarzynowa z makaronem , ziemniaki , jajko w sosie koperkowym, surówka z marchewki , kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g

Jajko	1szt
Koper	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Jabłko	50g
Jabłko (kompot)	50

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocką , twarogiem i warzywami , dżem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15
Polędwica sopocka	60g
Pomidor	100g
Ogórek świeży	80g
Dżem	30g- 1 szt
Twaróg	20g – 1 plasterek
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II Serek homogenizowany , wafle ryżowe.	
Serek homogenizowany	150g – 1 szt
Wafle ryżowe	15g – 3 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2337 kcal
Białko	123.22g
Tłuszcz	78.22g (tym nasycone 21.07g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	299.98g (w tym cukry48.62g-11%wart.en)
Błonnik	28.96g
Sól	5.12g

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie z serkiem śmietankowym, serem żółtym i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Serek śmietankowy	1szt-30g
Ser żółty	70g – 3 plasterki
Sałata zielona	15g- 3 liście
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem , ziemniaki ,jajko w sosie koperkowym, marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jajko	1szt
Koper	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Groszek	5g
Jabłko (kompot)	50g

Podwieczorek: Budyń	
Mleko 2 %	250ml

Budyń proszek	5g
---------------	----

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z polędwica sopocką, twarogiem i warzywami , dżem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	60g-3 plasterki
Pomidor bez skórki	100g
Dżem	30g- 1 szt
Twaróg	20g-1 plasterek
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II Serek homogenizowany	
Serek homogenizowany	150g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2453kcal
Białko	130,31g
Tłuszcz	91.22g (tym nasycone 24.81g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	290.44g (w tym cukry 36.8g-10%wart.en)
Błonnik	24.89g
Sól	4.7g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Śniadanie :Pieczywo graham z serkiem śmietankowym , serem żółtym i warzywami , herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Ser żółty	70g- 3 plasterki
Kremowy serek śmietankowy	1 szt-30g
Ogórek konserwowy	80g
Papryka czerwona	80g
Sałata zielona	3 liście-15g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem , ziemniaki, jajko w sosie koperkowym, surówka z marchewki, kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jajko	1szt

Koper	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Jabłko	50g
Jabłko (kompot)	50g

Podwieczorek: Budyń	
Mleko 2 %	250ml
Budyń proszek	5g

Kolacja: Pieczywo graham z polędwicą sopocką , twarogiem i warzywami , herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15
Polędwica sopocka	60g
Pomidor	100g
Ogórek świeży	80g
Twaróg	20g – 1 plasterek
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II Jogurt naturalny z granolą.	
Jogurt naturalny	150g-1 szt
Granola	20g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2273kcal
Białko	124.2g
Tłuszcz	83.48g (tym nasycone 24.08g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	273.97g (w tym cukry 46.39g-10%wart.en)
Błonnik	37.64g
Sól	5,12g

4. DIETY DLA PEDIATRII	
Dzieci w wieku (lata):	Dieta
Dieta 1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.

